

VICEVERSA

2016

Ass. Sport Life Onlus
Via Anassillide 5 - Montebelluna (TV) - Tel e fax 0423 603416 - e-mail: sportlifeonlus@libero.it

Responsabile: Sergio Zanellato
A cura di: Orietta Mercatelli, Rita Lion
Impaginazione di: Matteo Bressan



Il male di vivere

C'è un male di vivere che attanaglia l'anima, non conosce età, sesso, luogo e tempo. Ma quando ad essere colpiti sono giovani nel pieno delle loro potenzialità, gli adulti si interrogano spaesati, tentano di capire, di trovare una ragione valida, si colpevolizzano, scavano nel proprio e nell'altrui passato, ma difficilmente approdano a conclusioni appaganti. Qual è l'atteggiamento migliore di fronte al suicidio: Parlarne? Tacere discretamente per non incentivare derive imitative? Cercare risposte nella società disgregante e competitiva? Non è facile rispondere, ma è fondamentale rendersi conto che chi sperimenta l'angoscia di vivere ha assoluto bisogno di aiuto e, a volte, una parola può più di cento pillole. "Avevo vent'anni e temevo la vita. Avevo vent'anni ed ero sepolta dentro il mio corpo". Così scrive Vittoria nel libro "Viaggio d'inverno", appena pubblicato. E così ce la racconta sua madre Terry, il cui sforzo nel rivivere la tragedia è sostenuto dalla speranza di essere utili ad altri.

Orietta Mercatelli

Le mani delle emozioni

Il coro Manos Blancas

Una storia che nasce in Venezuela, ma che ha viaggiato fino a noi per approdare in Friuli Venezia Giulia, più precisamente a San Vito al Tagliamento. E' la storia di un coro di ragazzi che fanno ballare le loro mani, trasmettendo emozioni con dei semplici gesti che arrivano fino all'anima di chi li osserva. Le mani coperte da guanti bianchi, sono l'icona del loro nome: Manos Blancas del Friuli. E queste mani bianche sono quelle di ragazzi con disabilità fisiche ed intellettive che attraverso l'educazione musicale accompagnano cori vocali ed orchestre di ogni genere. L'idea, nata dall'altra parte del mondo grazie a due educatori, Naybeth Garcia e Johnny Gómez, viene portata in Italia nel 2010 grazie all'entusiasmo della famiglia Nonino, istitutrice del premio internazionale Nonino e al Maestro Claudio Abbado. Un'avventura che inizia insieme all'Associazione Nostra Famiglia e ad alcune insegnanti e logopediste del gruppo. A raccontarci i primi 6 anni di questo progetto è Claudia Bortolussi, ex insegnante e collaboratrice della Nostra Famiglia. Sono stati 6 anni di successi ma soprattutto di emozioni. Qual è il punto forte di questo coro? Sono i ragazzi assolutamente! Con noi ci sono persone

Viaggio d'inverno

Ecco la mia Vittoria.

Era una ragazza unica, piena di vita, culturalmente molto preparata, innamorata della letteratura...ma purtroppo soffriva tremendamente del male di vivere. Fin da piccola era un'accanita lettrice, come del resto lo sono io. Ricordo che quando le chiedevo cosa voleva per regalo, lei rispondeva sempre un libro "mami"

All'epoca Vittoria frequenta le elementari alla scuola Salesiana di Castello di Godego, fino alla seconda media. E' molto brava, a scuola riesce particolarmente bene. Ma, alla fine del primo quadrimestre della seconda media, i professori la trovano svogliata, i risultati sono peggiorati, pensano addirittura di non ammetterla alla terza media. Scopro un po' chiedendolo a lei ed un po' indagando che era stata vittima di qualche episodio di bullismo da parte di compagne di classe. Chiedo, allora, di spostarla in un'altra classe, ma il Rettore mi dice che non è possibile. Così decido di trasferirla nella scuola pubblica, vicino a casa, dove sembrò trovarsi molto bene. Finite le medie, essendo particolarmente portata per le lingue, si iscrive al liceo linguistico Brocchi, a Bassano del Grappa. In questo periodo esplode il suo amore per la letteratura e lo scrivere in generale: è nella redazione del giornalino della scuola, partecipa vincendoli a diversi concorsi, persino al Concorso Campiello Giovani. In terza superiore iniziano i suoi primi attacchi di ansia. Nonostante gli interventi di psicologi e specialisti ai quali noi familiari ci eravamo rivolti, le crisi di ansia e panico continuano. Dicevano "è l'età, è normale" "tutto passerà dopo l'adolescenza". L'esame di maturità non le è di grande aiuto, l'aspettativa di un bel voto sfuma per il solito attacco di panico e la conseguente scena muta. Iscrittasi alla facoltà di Lettere moderne, inizia con entusiasmo e con positivi risultati la nuova avventura. Le avevo affittato un appartamento da studenti a 50 metri dall'università Maldura, perché in treno con le sue crisi di ansia non riusciva ad andare. Si bloccava in stazione a Castelfranco, mi chiamava al lavoro ed io mollavo tutto, l'andavo a prendere e la accompagnavo fino di fronte all'università. Aveva tanti amici coi quali si divertiva. Apparentemente tutto andava per il meglio. Invece le sue crisi peggioravano. A febbraio abbiamo deciso di trovare un psicologo a Padova, il quale mi diceva sempre le stesse cose: "passerà signora non si preoccupi sono le crisi adolescenziali". Vittoria in quel periodo, però, manteneva rapporti solo con quelli che avevano già tentato il suicidio, si sentiva capita solo da loro, che soffrivano dello stesso buio. Aveva escluso la sua mamma, per non farla soffrire troppo. Purtroppo per gravi motivi di salute mi sono ritrovata ricoverata d'urgenza e nella condizione di non poter seguire mia figlia come avrei desiderato. Questo succedeva a maggio, ad agosto Vittoria si lamenta della psicologa che l'aveva in cura e chiede di cambiare. Ho scoperto poi che il suo rapporto con gli psicologi era caratterizzato da infinite bugie. Lei sapeva da tempo cosa avrebbe dovuto fare per togliersi quel male di vivere. Il 28 di agosto accompagno mia figlia

Vittoria Serena & Claudia Zaggia

VIAGGIO D'INVERNO



al funerale di una ragazza che si è suicidata, io non sono entrata in chiesa perché Vittoria me lo ha impedito. In quel momento ho avuto un presagio, piangendo ho pregato mio padre, morto nel 2007, di proteggere Vittoria anche a costo della mia vita. Dentro di me avevo già capito che stava succedendo qualcosa di brutto. Il 13 ottobre io stessa l'ho trovata impiccata. La mia unica, adorata, immensamente amata ragazza non c'era più. Io non ho più parlato per mesi.. Per una mamma è un dolore atroce. Insuperabile. Voglio dire a tutti quei ragazzi che soffrono dello stesso male di Vittoria...di parlare, parlare fino allo sfinimento. Perché i silenzi diventano pietre...E le pietre diventano muri insormontabili.

Terry, la mamma di Vittoria



con diverse disabilità che hanno dai 12 anni in su fino ai 40. Poi c'è un gruppetto di bambini di 7/8 anni, che formano la "primavera" del coro Manos Blancas. Da dove è partita la vostra avventura? Ci siamo presentati nel 2010 al Premio Nonino con un gruppetto di 13 ragazzi, senza sapere cosa aspettarci. Qui ci hanno assegnato il Premio Risit D'Aur 2010 che ci ha fatto ingranare quella marcia in più per dare il via alla nostra storia. A livello psico-motorio si possono vedere dei progressi? Il coro Manos Blancas non si

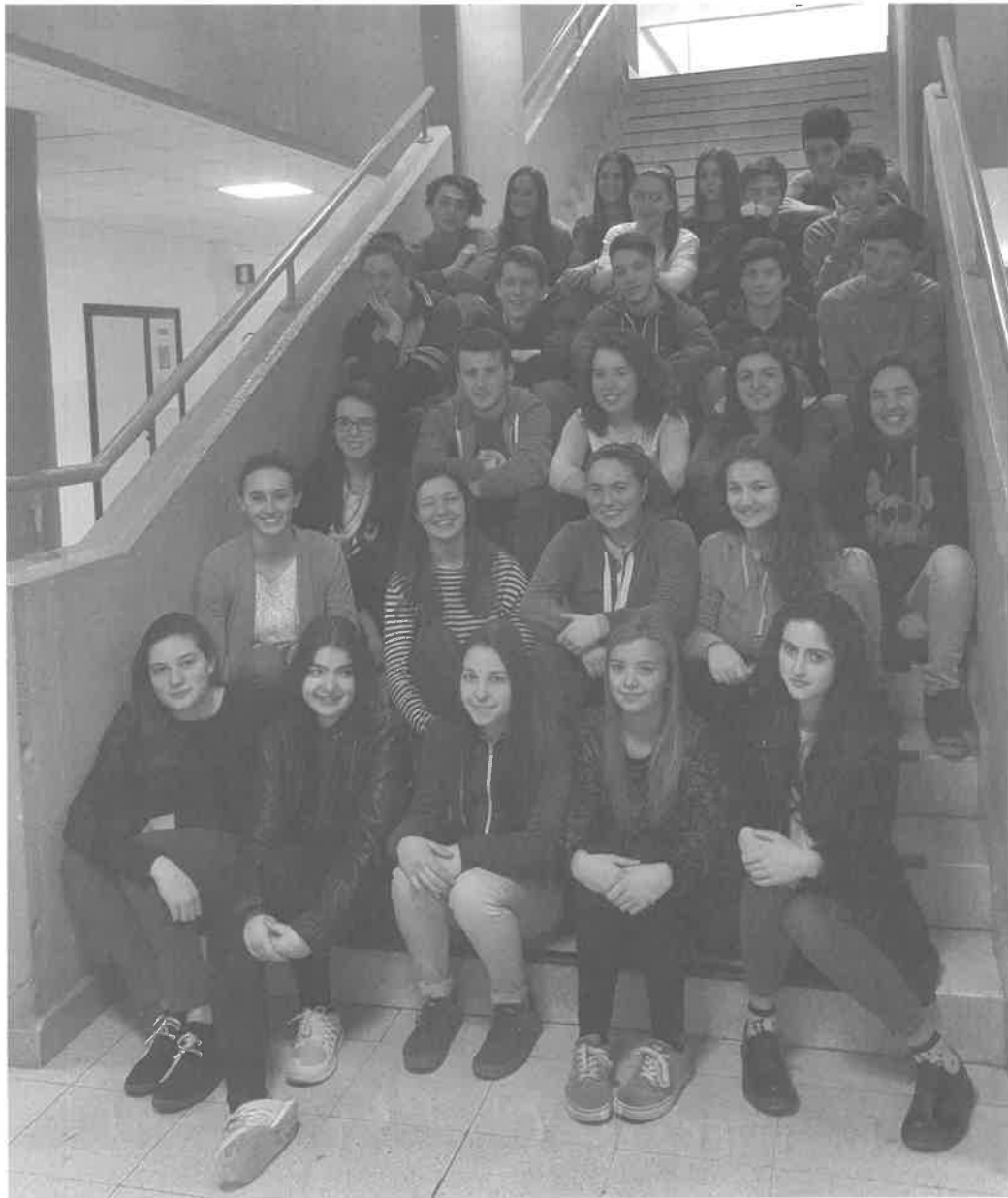
propone come una terapia, ma è vero che molti bambini hanno fatto passi da gigante nel tempo. Alcuni di loro faticavano a muovere le mani ed ora sono in grado di fare dei movimenti completi. E' necessario che ci sia un contatto visivo, poiché devono seguire i movimenti dell'insegnante, ma abbiamo appurato come con la pratica siano riusciti ad acquisire delle abilità di coordinazione e attenzione che inizialmente erano quasi improponibili. Con questo progetto vi muovete in giro per tutta Italia, come reagiscono i ragazzi? Le

famiglie ci raccontano che da quando i loro figli fanno parte di Manos Blancas sono più autonomi e capiscono la differenza tra l'essere a casa propria ed il trovarsi fuori. Una ragazza ad esempio non si muoveva da nessuna parte senza la madre, ora invece si sposta autonomamente e riesce a vivere completamente l'esperienza di essere in uscita con gli amici e non con i familiari. Tra gli obiettivi del coro c'è anche l'integrazione? Certo! Stiamo avviando una collaborazione con l'indirizzo musicale della scuola media della Nostra Famiglia dove i ragazzi del coro si incontrano con quelli delle medie e ciò che ne nasce non è solo uno spettacolo, bensì la nascita di un'emozione, che è ciò che cerchiamo di fare. Dal Senato fino a Papa Francesco, la voce si sta spargendo! Al concerto di Natale in Senato nel 2013, i ragazzi hanno ricevuto i complimenti dal Presidente Pietro Grasso, mentre con Papa Francesco l'emozione è stata enorme. Al termine dell'intervento i nostri ragazzi hanno chiesto a gran voce al Pontefice di avvicinarsi e lui li ha accarezzati. Si è premurato di salutarli tutti e loro lo hanno seguito con lo sguardo e accompagnato con i movimenti delle mani, senza più guardare l'insegnante, tanto era grande la gioia per loro. Un'esperienza che ha lasciato anche noi insegnanti stupiti e lieti. Il progetto più prossimo? Le prove! Ci incontriamo ogni martedì e speriamo di essere per i nostri ragazzi un appuntamento fisso da attendere con ansia durante la settimana!

Rita Lion

ISTITUTO EINAUDI-SCARPA

Noi & loro



Il 3 febbraio un cinquantina di alunni di terza dell'Einaudi-Scarpa hanno passato un'intera giornata in Centri Occupazionali per disabili dell'ULSS 8, altre 7 classi hanno programmato l'esperienza tra marzo e aprile. Il progetto si chiama "RelAzionarsi al DiVerso" ed è ormai una tradizione per l'Istituto. Per favorire l'incontro con gli utenti dei centri i ragazzi della scuola si suddividono in piccoli gruppi (da due a cinque studenti per centro). Raccogliamo alcune testimonianze ad una settimana dell'esperienza del 3 febbraio 2016.

"Siamo stati accolti come se fossimo persone molto speciali per loro, nonostante fosse la prima volta che ci vedevano. Chi più, chi meno, ha voluto condividere qualcosa con noi come segno di apprezzamento della nostra visita. Mi sono trovato molto bene anche con gli operatori che si sono rivelati gentili e simpatici., era lampante notare che fanno il loro lavoro con il massimo impegno, voglia e dedizione"

Marco

"Per me è stata un'esperienza indimenticabile ... Il tempo trascorso lì è passato in fretta e alla fine della giornata mi è un po' dispiaciuto

andarmene perché stando con loro diventi anche una piccola parte di loro" "Sono timida e di solito posso far fatica a relazionarmi con le altre persone, invece quel giorno mi sono unita a loro velocemente anche perché sono socievoli e divertenti"

Nicoletta

"Nell'aiutarli mi sono sentita anch'io fiera di fare qualcosa per queste persone speciali. Da un lato però è uno schiaffo alla realtà ... ti senti un po' stupido perché stai sempre a lamentarti per ogni cosa e loro, che avrebbero più ragioni di te di disperarsi, sono sereni ... Ti fanno capire la fortuna che hai.



Penso sia un'esperienza molto bella e la consiglierai a tutti di provare almeno un giorno. Il sollievo che porti a loro e a te è stupefacente".

Lara

"Prima di partire, nei giorni precedenti, ero un po' agitata, o meglio titubante. Avevo paura di non riuscire a relazionarmi, ma una volta entrata nel centro la paura è sparita. Mi sono divertita tantissimo, sicuramente proporrei l'esperienza che ho fatto ad altri. Sono stata anche felicissima di averli potuti aiutare nello svolgere le loro mansioni. Le persone sono state gentilissime ed è stato bello vedere che loro erano felici di vederci"

Enrica

"All'inizio dubitavo e avevo preparato la giustificazione per andarmene via prima ... ma poi ho chiesto di poter rimanere fino alla fine della giornata"

Francesco

"Mi ha colpito il fatto che fare gesti semplicissimi può risultare davvero difficile per alcuni di loro. Ma queste persone alla fine sono come noi. Sono molto semplici e gli operatori lo sono altrettanto"

Cristina

"È stata una bella esperienza perché mi ha permesso di conoscere nuova gente e soprattutto perché abbiamo potuto conoscere una realtà nuova, il mondo dei disabili... è stata un'esperienza utile e che mi ha fatto crescere"

Ellen

"Per prima cosa mi sono divertita molto. I "ragazzi" che ho seguito non sembrano neanche disabili da quanta allegria trasmettono, soprattutto due che mi hanno accolto abbracciandomi e ridendo, quasi fossi un'amica di vecchia data .. mi cercavano per qualsiasi cosa , anche la più banale per stare con me. Quest'esperienza mi è piaciuta molto e mi sono affezionata alle persone del centro"

Lucia

Fare questa esperienza mi ha cambiato, ha cambiato il mio punto di vista riguardo persone con disabilità. All'inizio ero un po' timoroso, agitato, non sapevo cosa mi aspettava, ma dopo aver incontrato queste persone tutta l'agitazione è sparita lasciando posto alla felicità, mi sentivo come se fossi con tanti amici e non avrei più voluto andar via. Consiglio vivamente di riproporre questa attività nei prossimi anni"

Matteo

Ad un anno dall'esperienza (Quarta B AFM)

Lo sport che pratico mi consente di venire a contatto con la realtà dell'associazione Sport Life, spesso ho l'occasione di seguire gli allenamenti di nuoto dei ragazzi. Grazie alla gara integrativa tenutasi l'otto marzo dello scorso anno, ho potuto gareggiare insieme a queste persone disabili dove la loro disabilità non veniva evidenziata ed inoltre ho potuto notare con quale impegno e dedizione hanno affrontato questa giornata di gare. Personalmente posso affermare che le opportunità d'incontro con queste persone e le relative associazioni mi hanno gratificata e resa orgogliosa del mio piccolo operato. Uno dei miei obiettivi futuri è quello di far parte di una di queste associazioni perché anche il mio piccolo contributo può cambiare la semplice realtà delle persone disabili. Ritengo che offrire il proprio tempo e la propria disponibilità, in forma gratuita, per il bene del prossimo sia la più nobile qualità che può esprimere un essere umano.

Martina

Personalmente ho avuto la fortuna di relazionarmi con i disabili un'unica ma intensa mattinata presso la cooperativa "La Rosa Canina" di Montebelluna. I disabili trasmettono fin da subito un imponente senso di sicurezza e calore, ed è incredibile come riescano a farti sentire parte integrante della loro "famiglia". Avete capito bene! ... Spesso non si riflette, o perlomeno non lo si fa abbastanza, sul ruolo del disabile all'interno della società. Spesso viene erroneamente riconosciuto come un intralcio sociale. Non c'è nulla di più falso , nella mia seppur breve esperienza, ho sperimentato il contributo che queste persone recano all'intero sistema ed ho partecipato anch'io a quello che può essere definito come un piccolo processo produttivo ... L'esperienza mi ha permesso di entrare a contatto con un ambiente sicuramente non "diverso", bensì speciale... Ragazzi e ragazze di oggi e di domani, fate tesoro di queste esperienze perché solo così potrete donare un sorriso a chi ne ha necessità! In fondo, un semplice e banale gesto come un sorriso costa meno della corrente elettrica, ma dà più luce!

Luca

Bambini nel tempo

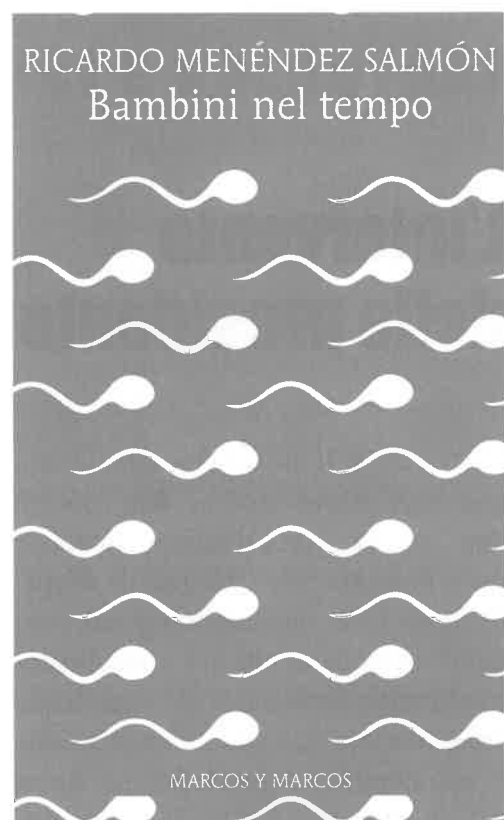
“BAMBINI NEL TEMPO” di Ricardo Menéndez Salmon (ed. Marcos y Marcos 2015)

Alle volte s'impiega lo stesso tempo a scrivere un bel libro o un brutto libro. La differenza, forse, sta tutta nello sguardo dell'autore, nella sua profondità di visione. E nel rispetto per il lettore. “Bambini nel tempo” è composto da tre storie. La prima si apre con un evento crudele ed improvviso che colpisce Elena e Anteres: la perdita di un figlio. Quale esperienza di vita più lacerante per due genitori? E cosa accade in una coppia quando il dolore è così forte? Come cambia l'esistenza?

Come si raccontano, con quali parole, giorni così densi? Il sentiero narrativo ci appare in salita, dobbiamo elaborare un lutto. Il corpo e l'anima soffrono, faticano. Ma il sentiero narrativo ci invita a salire. Nella seconda storia, l'autore ci mostra un altro bambino, un bambino speciale. Un bambino famoso e, allo stesso tempo, un bambino la cui infanzia è stata poco narrata: Gesù di Nazareth. Ci viene mostrata la sua quotidianità, il suo essere figlio di una giovane donna e di Giuseppe, padre protettivo e saggio. L'infanzia di Gesù è una poetica narrazione dei suoi gesti infantili, delle sue amicizie, è la vita di un bambino prima che il mito lo proietti nel futuro, nel tempo. La terza storia, ambientata nell'isola di Creta, racconta di Helena, una giovane donna che porta in grembo un

bimbo e la cui decisione di tenerlo è sottolineata, nella chiusura del libro, dalla frase “Seguì la stessa rotta degli altri bambini, compì il viaggio infinito alla stirpe dei corpi da cui i mortali procedono. Bambini da bambini da bambini da bambini da bambini”. La vita è viaggio nello spazio e nel tempo, mai semplice, a volte periglioso, ma è sempre un'opportunità. Tutti affrontiamo questo viaggio e possiamo lanciare nell'oceano della vita una nuova imbarcazione. E questa imbarcazione è un bambino, che annoda vite, a volte dissolve legami. Che può essere un'entità sacra o semplicemente un embrione che cresce nel ventre di una donna facendola riconciliare con la vita. “Bambini nel tempo” è l'essenza della vita

Marisa Zanetti



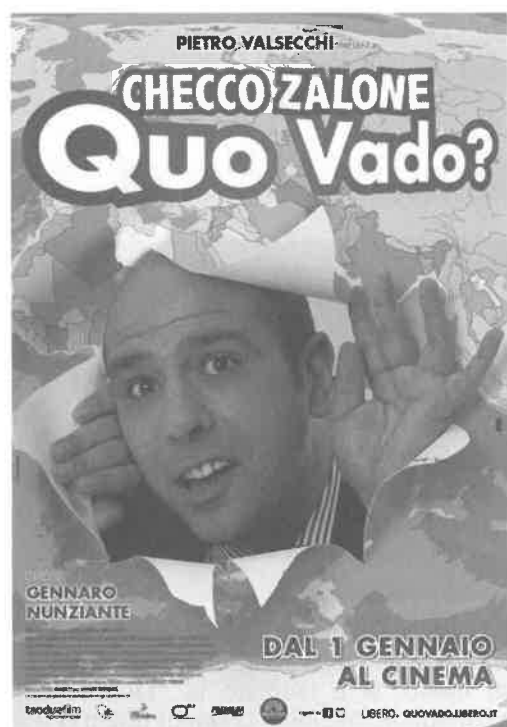
VISTI PER VOI

Una voce fuori dal coro

Quo vado?, quarta creatura della coppia formata da Gennaro Nunziante e Checco Zalone, con i suoi 9 milioni abbondanti di biglietti venduti dall'uscita nelle sale del 1 gennaio, è ad oggi il film più visto della storia del cinema italiano. Impressionante? Sicuramente. Inquietante? Anche. Impossibile da ignorare? Purtroppo. Perché purtroppo? Perché, se fino a Sole a Catinelle (2013) si poteva riconoscere a Zalone la capacità di divertire, ma al contempo pungere il suo pubblico sul vivo, in Quo vado? la formula comincia a mostrare la corda, e la fame di incassi ammorbidisce marcatamente i toni della satira. Questa, in estrema sintesi, la trama: Checco Zalone, a quasi 40 anni, vive la vita dei suoi sogni. Ha un posto fisso in un ufficio

provinciale, vive comodamente con i genitori (a loro spese), è fidanzato con una compaesana, ma rimanda il matrimonio per non doversi prendere tropperesponsabilità. Ad interrompere l'idillio interviene una riforma della Pubblica Amministrazione, che con l'abolizione delle province, mette Zalone di fronte ad una scelta tremenda: rinunciare all'amato Posto Fisso, o mantenerlo al prezzo di una messa in mobilità che rischia di farlo vagabondare per tutta Italia e oltre? Il nostro eroe decide di resistere. Comincia così un'odissea che porta lo spettatore dalla Val di Susa alla Calabria, passando per il Circolo Polare Artico e la Norvegia, dove Checco viene incaricato di proteggere dagli attacchi degli orsi bianchi la ricercatrice Valeria, un "cervello in fuga" che cambierà per sempre la vita dell'impiegato itinerante. Le tribù africane presso le quali ripara Checco sono degne dei peggiori cinepanettoni e le società del Nord Europa sono irrisate con malcelata supponenza. Il vero problema, però, è che assistiamo per la prima volta ad una presa di posizione a favore della sopravvivenza della classica figura dell'Italiano Medio. Sì, certo, non sapremo rispettare le code, trattenerci dal suonare il clacson ai semafori, fare la raccolta differenziata, staccarci dalla mamma e superare il nostro latente razzismo...ma in fondo non è questo a renderci così simpatici? Insomma Zalone e Nunziante, ben consapevoli delle potenzialità dell'operazione, prendono l'inciviltà, il malcostume e l'ignoranza e li assolvono da ogni peccato.

Margherita Martinis



Tutti pazzi per “The Big Bang Theory”



Impacciati, un po' "sfigati" e irrimediabilmente nerd! Alla loro 9° stagione, i personaggi di The Big Bang Theory continuano a riservare sorprese ai loro fan di tutto il mondo. Non è un caso se Sheldon, Leonard, Howard e Raj continuano a collezionare una sfilza di premi internazionali per questa sit-com ormai divenuta un caposaldo della tv. I quattro ragazzi di Pasadena, California, vivono la loro vita di secchioni a contrasto con il mondo attuale che spesso fatica a cogliere le loro stamberie da appassionati di Star Wars e cosplay, a geni della fisica, dell'astronomia e dell'ingegneria.

A riportarli alla realtà ci pensa il team femminile dello show, capitanato dalla bella Penny, la microbiologa in carriera Bernadette e dalla nerd-con-tante-amiche Amy. Perché non perdere assolutamente questa serie? Per i personaggi geniali, molto caratterizzati e mai banali, per le risate genuine, per le love story "incasinate" come nella vita reale e per quel pizzico di intelligenza che deve avere una situation comedy per essere credibile e simpatica quel tanto da far innamorare perdutoamente i fan di tutto il mondo.

Rita Lion

ANNO 2016

LE NOSTRE ATTIVITÀ DISCIPLINE ALTERNATIVE AL NUOTO

L'intervento della presidente

1986 – 2016 Il nostro giornale, giunto alla sua ottava uscita, non poteva che essere un'Edizione Speciale tutta dedicata alle "Nozze di Perla" di Sport Life, un matrimonio di tanti amici e campioni che si è consolidato, migliorato, arricchito di esperienze straordinarie, creando integrazione e autonomia. "Amici" perché Sport Life è nata da un'idea di un gruppo di amici che volevano dimostrare che la disabilità non è una malattia, che le famiglie non dovevano nascondere un figlio disabile, ma mandarlo a scuola, giocare, viaggiare, integrarsi con i suoi compagni e la società, ma soprattutto che anche un ragazzo con handicap poteva fare sport. E' nato così il nuoto presso le piscine di Montebelluna e da allora Sport Life ha

esteso le sue attività nel Tennis Tavolo, l'attuale Torneo di Calcio a 5 unificato SOI, che da quest'anno raggruppa ben sei squadre interregionali, poi il Judo adattato in collaborazione con il Judo Montebelluna, il Tennis, il Golf SOI presso il Golf Club Montebelluna, l'Attività Motoria integrata e il consolidato Laboratorio di Teatro integrato e Coro. "Campioni" perché da allora Sport Life ha una squadra di atleti molto competitiva e dal 2015 vanta ben tre atleti in nazionale italiana Fisdir: Giammaria Roncato, new entry, e la nostra plurimedagliata campionessa italiana, europea e mondiale, Martina Villanova, insieme hanno partecipato agli europei di nuoto a Loano, portandosi a casa un bel gruzzolo di medaglie. Insieme quest'anno parteciperanno al Trisome Game, la 1°Edizione delle Olimpiadi riservata agli atleti con Sindrome di Down, a metà luglio, a Firenze. E ancora la grande Nadia Cannonieri, nostra atleta da sempre, che

partecipando ai mondiali in Sudafrica, ha vinto la medaglia d'oro nel Tennis Tavolo. Per tutti loro, i nostri istruttori hanno attuato un piano di allenamenti specifico e molto impegnativo. Apro una parentesi proprio per il nostro team di tecnici, allenatori, insegnanti e volontari, perché insieme sono una squadra molto preparata, seria e motivata, che sa trasmettere gioia e positività ed è anche grazie a loro se Sport Life è ciò che è! Il 2015 ha visto l'inizio di "Sport Life In-Forma" un progetto di collaborazione con le scuole per far conoscere l'importanza dello sport nella disabilità e come si diventa volontario. Sorprendentemente, in un periodo in cui sono frequenti le notizie di bullismo, almeno nei nostri paesi i giovani si stanno dimostrando molto sensibili. E' altresì iniziato un percorso con l'Ulss n.8 di incontri informativi e di confronto con le famiglie, mirato ad incentivare la pratica sportiva e motoria nelle persone con disabilità, poiché oltre a lavorare o studiare,

possono impegnare il loro tempo libero facendo sport o recitando, per accrescere la propria autonomia e autostima. Integrazione o Inclusione: questa è la strada che Sport Life da sempre sta percorrendo, facendo azione sul territorio per un cambiamento socio-culturale, assumendo un ruolo di riferimento per famiglie, istituzioni, operatori e cittadini, creando una rete di coordinamento, occasioni di incontro, scambi di conoscenze e professionalità. E' soprattutto importante, ma con mio grande rammarico ancora molto difficile, fare in modo che anche le aziende imparino a conoscerci e credere nei nostri progetti e risultati, partecipando e dando un aiuto concreto alle nostre attività. Grazie a tutti quelli che collaborano con noi e ci sostengono, sperando vengano ricambiati del lavoro fatto finora. Un caro saluto e buon lavoro a tutti.

Daniela Marcuzzo



IL CORO SPORT LIFE



Ti va di cantare insieme a noi?
Vieni a trovarci!

SPORT LIFE ORARI E LUOGO Attività Sportive 2016

NUOTO Piscina Montebelluna		
LUNEDI':	ore 18.30-20.00	AGONISTI
MERCOLEDI':	ore 18.30-19.30 ore 19.00-20.00 ore 19.30-21.00 ore 20.00-21.00 ore 20.00-21.30	GIOVANI gruppo 1 GIOVANI gruppo 2 AGONISTI VETERANI FISICI
SABATO:	ore 18.00-19.30 ore 18.30-20.00 ore 19.00-20.30 ore 18.30-20.00 ore 14.30-18.00	FISICI VETERANI GIOVANI (gruppo 1 e 2) e AGONISTI 2 turni CORSISTI ADULTI 5 turni CORSISTI CUCCIOLI
TENNIS TAVOLO		
LUNEDI':	ore 19.00-20.00	Villa Pisani Montebelluna
CALCETTO		
LUNEDI':	ore 19.00-20.00	Sporting Club Crocetta
GOLF		
GIOVEDI':	ore 17.00-18.00 primavera/estate ore 10.00-12.00 invernale	Golf Club Montebelluna
SABATO		
TENNIS		
SABATO:	ore 11.00-12.00	Impianti Sportivi Volpago
JUDO		
MARTEDI':	ore 18.30-20.00	Palazzetto "O.Frassetto" Montebelluna
VENERDI':	ore 18.30-20.00	Palazzetto "O.Frassetto" Montebelluna
ATTIVITÀ MOTORIA IN PALESTRA		
MERCOLEDI':	ore 17.00-18.00 BAMBINI ore 18.00-19.00 RAGAZZI/ADULTI	Palazzetto "O.Frassetto" Montebelluna Palazzetto "O.Frassetto" Montebelluna
VENERDI':		Palazzetto "O.Frassetto" Montebelluna
TEATRO		
MARTEDI':	ore 17.30-18.30	Centro Parrocchiale Caerano di San Marco
CORO		
GIOVEDI':	ore 17.30-18.30	Centro Parrocchiale Caerano di San Marco



SPORT LIFE onlus
Montebelluna




CODICE IBAN
IT43I0503561820050570094936



28 giugno 2015
Alessandra Muolo, tecnica di nuoto, ha sposato il suo Lorenzo



14 ottobre 2015
Erik De Bortoli, istruttore e coordinatore di nuoto, si è laureato in "Dottore dei bambini" (come dice la sua figlioletta)

ATLETI SPORT LIFE S.S 2014-2015

LE GARE A CUI HANNO PARTECIPATO CON I LORO TECNICI E VOLONTARI

Nuoto settore FIDIR e S.O.I.

Campionato Europeo DSISO a Loano con Roncato Giammaria e Villanova Martina, 3 Campionati Italiani a Loano, Napoli e Lucera (FG), 3 a invito in Lombardia e 8 Gare Regionali

con gli **ATLETI**: Bandiera Francesca, Barbisan Matteo, Bisesti Luca, Callegari Monica, Cannonieri Nadia, Capitano Beatrice, Castellan Manuel, Ceccato Massimo, Colla Andrea, De Bortoli Valter, Dobnik Anna, Draij Jassine, Filippetto Fabio, Frassetto Siro, Galliera Cristian, Gallina Simone, Marson Federico, Mazzobel Matteo, Osmieri Marta, Ostani Eleonora Pellizzari Anthea, Pellizzer Luca, Reolon Monica, Roncato Giammaria, Rossanese Davide, Saccaro Luca, Santinon Chiara, Sottana Angelo, Spagnol Davide, Torresin Miriam, Villanova Martina, Zanatta Manuel, Zuliani Enrico... e i loro **TECNICI** De Bortoli Erik (coordinatore nuoto), Ceccon Pierpaolo, Muolo Alessandra, Rosato Alice, Salvalaggio Laura, Toniazzo Valli e Tringali Leonardo.

Nuoto settore FINP

4 Campionati Italiani a Napoli, Massarosa, Lignano e Busto Arsizio e 5 gare interregionali

con gli **ATLETI**: Belletti Daniela, Buziol Erika, Cazzato Giuseppe, Corte Alessia, De Nardi Alberto, Durighello Michele, Garatti Alessandro, Gazzola Marco, Guerra Sacha, Mattiazzi Andrea, Roman Luciana, Silvestri Bruno Giordano, Soligo Andrea, Vidal Matteo, Zampieri Manuele... e i loro **TECNICI**: Drezadore Diana, Gazzola Irene, Manera Lamberto, Montano Claudio e Pagnan Francesco.

Qualche atleta ha lasciato la Società, ma ci sono nuovi ingressi: Alfarini Francesco, Giaquinta M.Laura, Quagliotto Chiara e Zardo Beatrice, nuovo coordinatore Rosato Alice e nuovi tecnici: Danna Isabella, Michielon Monica, Sartori Pierpaolo e nuovi volontari: Dalla Lana Andrea, Furlan Gloria, Gallina Veronica, Garcia Paulina, Gasparetto Giulia.

Sempre indispensabile l'aiuto dei VOLONTARI negli spogliatoi, in piscina, negli spostamenti e in trasferta: Brombal Luciano, Buziol Erika, Gallina Vittorio, Loro Rosetta, Martella Rosanna, Pittaro Giulia, Rattini Caterina, Roman Susanna, Sottana Angelo.

Tennis Tavolo

Campionato Mondiale ITTADS in Sudafrica con Nadia Cannonieri,
Campionato Italiano a Fossano

con gli **ATLETI**: Basso Simone, Buziol Fabio, Cannonieri Nadia e Feltrin Giulia...il **TECNICO** Brunetta Giuliano e il **VOLONTARIO** Modesto Mattia.
Da Novembre Diego Dal Zotto supporta il gruppo come aiuto tecnico.

Calcio a 5 unificato

5 manifestazioni Interregionali S.O.I.

con gli **ATLETI**: Barbisan Matteo, Baù Stefano, Colla Andrea, Draij Jassine, Marson Federico, Rana Francesco)
i **PARTNER**: Belosevic Antonio, Benincà Giosuè, Betto Mattia, Nicoletti Michela, Simula Elia e Zavarise Margherita e i loro **TECNICI**: Dal Zotto Alberto e Borgia Claudio. Da Ottobre il gruppo si è potenziato con l'ingresso degli atleti: Alfarini Francesco e Gallina Simone, del partner: Tondello Riccardo e dei tecnici: Tondello Maurizio e Tesser Davide.

Golf

Giochi Nazionali S.O.I. a Busto Arsizio

con gli **ATLETI**: Basso Simone, Buziol Erika, Clemente Gianluca, Feltrin Giulia, Perin Flavio.... i loro **TECNICI**: Malamocco Paola e Matteo Copreni... e il **VOLONTARIO** Dalla Lana Andrea

Judo

Partecipazione ad attività dimostrative

con gli **ATLETI**: Bernardi Donata, Clemente Gianluca, Feltrin Giulia, Perozzo Ivan, Poloniato Marianna, Tarraran Simone, Trevisan Lisa...e il loro **TECNICO**: Verbano Lucia.

Tennis

Partecipazione ad attività dimostrative

con gli **ATLETI**: Gorgati Davide e Rossi Franco... e il loro **TECNICO**: Durante Sabrina.

OLTRE AL SETTORE AGONISTICO NELLA NOSTRA SOCIETA' CI SONO :

I CUCCIOLI IN ACQUA: cmente dai **TECNICI**: Andreazza M.Teresa, De Noni Nicola, Drezadore Diana, Nichele Loriana, Poloniato Enrico, Rosato Alice, Salvalaggio Laura e Toniazzo Valli si avvicinano in modo ludico a questo ambiente per ricavarne un beneficio fisico e relazionale di autonomia personale.

I CORSISTI SERALI NUOTO: Baldassa Jessica, Bagnara Giulia, Baldin Jessica, Gazzola Sara, Bogeon Alexia, Favero Nicoletta, Guzzo Andrea, Jyed Omar, Parisotto Matteo, Sanih Mohamed, Sememzin Nicola Solimando Cosimo che supportati individualmente in acqua dai **VOLONTARI**: Andreazza M.Teresa, Andreazza Valeria, Bressan Anna, Cipriani Roberta, Ferronato Paola, Fogal Francesca, Franzin Cristina, Lion Francesca, Marchesini Aldo, Menerella Samantha, Merlo Fanni, Poloniato Enrico, Roman Susanna, Martella Rosanna Zampieri Nilla **COORDINATI** da Andrea D'Andrea proseguono nel loro percorso di benessere in acqua finalizzato al miglioramento della nuotata .

Tutte queste attività sono organizzate e gestite dal nuovo Direttivo: Presidente Daniela Marcuzzo con i Consiglieri: Erik De Bortoli (vicepresidente) Annamaria Bandiera, Luciano Brombal, Bressan Stefano, Mercatelli Orietta, Verbano Lucia, la Segreteria: Bandiera Anna Maria, Buratto Lisa, Sperotto Elisabetta e Lion Francesca e responsabile della rassegna stampa: Lion Rita, del sito internet: Camozzato Andrea e del giornale: Mercatelli Orietta.

Scienza & Sport

**SCIENZA
e SPORT**

Mostra dal 12 dicembre 2015
al 28 maggio 2017



MOSTRA "SCIENZA E SPORT"

Correre, saltare e lanciare sono schemi motori alla base di ogni sport, ma erano per gli uomini primitivi sistemi di sopravvivenza: ecco perché ben si inserisce in un museo archeologico la mostra "SCIENZA E SPORT" allestita nel Museo Naturale di Montebelluna, aperta fino al 28 maggio 2017, e che merita sicuramente una visita per la sua impostazione interattiva. Visitando le varie sale troviamo un'esposizione di attrezzature ed abbigliamento sportivi e la loro evoluzione nel tempo, pannelli illustrativi e video che ci fanno comprendere il funzionamento dei vari apparati, dal muscolare all'osteoarticolare, al circolatorio, al nervoso, ma l'aspetto più accattivante di questa mostra è che con semplici prove ed esperimenti ci si può mettere in gioco valutando le proprie

capacità condizionali e coordinative. Si può capire, poi, il collegamento e la continua evoluzione che lo sport ha con la scienza intesa come: fisica, anatomia, fisiologia, biomeccanica, alimentazione, psicologia etc... SPORT LIFE è presente con un video che illustra le varie proposte dell'Associazione e l'importanza che può avere la pratica regolare dell'attività sportiva nei disabili per il benessere fisico, psicologico e sociale oltre al miglioramento dell'autostima nel raggiungimento del proprio obiettivo limite. Di importanza rilevante è verificare come la moderna tecnologia, con la produzione di sussidi e di protesi sempre più sofisticate, dia la possibilità anche ad atleti con disabilità invalidanti, di praticare sport a livello agonistico elevato.

Elisabetta Sperotto



Un tuffo a Sport Life

Ci presentiamo: siamo Antonio, Davide e Nicola e in seguito ad una proposta del nostro gruppo scout, abbiamo prestato servizio presso l'associazione Sport Life di Montebelluna. Per qualche mese ci siamo recati in piscina con i vari ragazzi che praticano il nuoto e li abbiamo seguiti durante gli allenamenti serali dal momento in spogliatoio, fino alle attività in palestra e in piscina. Inizialmente non conoscevano nessuno, tuttavia in quelle ore entrammo velocemente nel loro mondo. Sebbene all'inizio fossimo incerti, non c'era bisogno di farsi problemi poiché furono i ragazzi stessi che ci avvicinarono e poco dopo sapevano già tutto di noi e noi di loro:

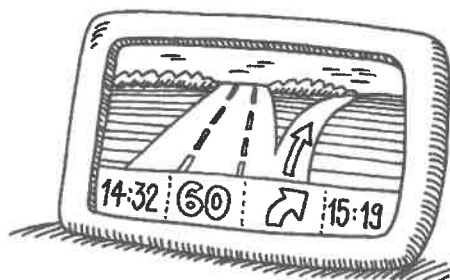
chi tifava Inter, chi Juve, che lavoro facevano, come andava la scuola e ovviamente i vari pettegolezzi. Sembrava di conoscerli da anni. Pian piano abbiamo preso il ritmo e sapevamo di cosa parlare, su quali esercizi dare una mano e a chi invece frenare l'entusiasmo: ad esempio c'era un ragazzo appassionato di pesistica che voleva sempre il manubrio più pesante. A prescindere dall'esercizio lui voleva sempre dare di più e sebbene fosse ammirevole, bisognava avere un occhio di riguardo per non rischiare di farsi male. Un'altra volta è successo invece che un ragazzo ha avuto uno stiramento e uno di noi l'ha aiutato, o meglio, lui sapeva già cosa fare, forse meglio di quanto avremmo saputo fare noi in quell'occasione, e ci disse come aiutarlo: distese la gamba e si fece passare un elastico sulla pianta del piede per tirarlo verso di sé. Tutto si risolse in una decina di minuti e alla fine si capì che l'aiuto forse era stato solo di livello morale. Con quest'esperienza siamo cresciuti ma sicuramente non nel modo che pensavamo; se infatti siamo partiti con delle idee, sia sull'approccio da utilizzare che su quello che avremmo trovato, nessuno di noi può dire di aver fatto delle predizioni esatte. Di una cosa tuttavia siamo sicuri: anche se l'esperienza ci ha sorpresi per la sua unicità e la straordinarietà di quei ragazzi, possiamo dire di essere decisamente cresciuti e questo non è mai un male.

*Antonio, Davide, Nicola
gruppo Scout sezione di Cornuda*

Mi ricordo...

Si parte per Verona con ritrovo alle piscine di Montebelluna. Laura, un'altra istruttrice di Sport Life ed io saliamo in pulmino. Giorgio, in partenza per la sua prima gara, sale con noi due davanti. A questo punto io e Laura dobbiamo impostare il navigatore per partire, ma nessuna delle due aveva la minima idea di come fare. Mentre stavamo discutendo di questo, il pulmino si riempie di ragazzi e Giorgio, senza che nessuno se ne accorgesse, prende il navigatore dal cassetto, lo imposta all'indirizzo di destinazione basandosi sui documenti che avevamo con noi. Alla fine mi guarda e mi dice: "Ti ho già impostato tutto io. Mio papà ha il camper e io so come si fa!" A quel punto, l'ho guardato e gli ho risposto: "Perfetto Giorgio, resta qui con me che oggi mi guidi tu!" Tutto il viaggio mi ha aiutato tenendomi la borsa con il portafogli e le carte per l'autostrada, addirittura preparandomi i soldi per il pedaggio. E poi hanno il coraggio di chiamarli DISABILI!?!?

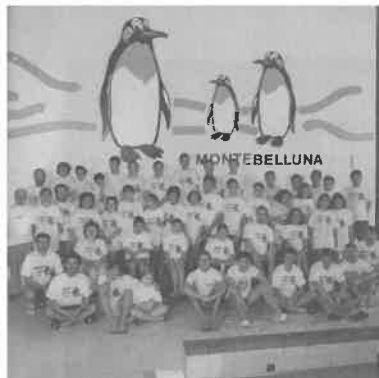
*Valli Tognazzo - Istruttrice di nuoto
progetto "Cuccioli in Acqua"*



Mi ricordo...

Alla cena sociale di qualche anno fa avevo invitato tutta la mia famiglia: fidanzato (ormai purtroppo per lui mio marito), mamma, zii, suoceri e Fabio (intruso in famiglia, ma buongustaio). Era da giorni che li mettevo in guardia sul fatto che i ragazzi potevano sembrare tranquilli ad un primo sguardo, ma che in realtà erano delle "bronse querte" e che si sarebbero potuti trovare letteralmente "inglobati" da loro. La cena comunque è proseguita senza alcun imprevisto, fino al momento dei balli, dove i ragazzi si sono scatenati al massimo, tanto che a volte mi chiedo "se mettessero tutta questa energia anche durante gli allenamenti, quanti super campioni avremmo?" Sto divagando... Tra la folla danzante scorgo mio zio, impegnato in un ballo con una nostra atleta, Beatrice. Dopo poco lei si allontana, ma subito torna a rimproverare mio zio per aver cercato di ballare con un'altra donna, dato che lei se l'era prenotato per tutta la serata! Queste donne moderne! In pista c'è anche mia zia, lanciata a ballare con i nostri ragazzi. In seguito mi raccontò il modo in cui era stata invitata a ballare: lo zio era in pista da un bel po' quando Fabio le si avvicina e le porge la mano con tanto di inchino come solo un galantuomo sa fare e la invita a ballare, lasciandola ammaliata. Nel nostro gruppo abbiamo DONNE FORTI e UOMINI GALANTI, ma sicuramente non DISABILI!

Alessandra Muolo - Istruttrice di Nuoto



30 ANNI

1986-2016

SPORT LIFE 30 ANNI... E LI DIMOSTRA TUTTI

Dalla fine degli anni 60 ai nostri giorni la legislazione italiana in tema di disabilità ha fatto molti progressi, esistono infatti leggi a tutela della salute, dell'istruzione e dell'inserimento nel mondo del lavoro di persone disabili. Dunque, sulla carta tutto sembra fatto, ma nella realtà tanto rimane da fare. Benché, oggi, la società si mostri sempre più sensibile al tema, anche grazie al fatto che tanti disabili si sono esposti, hanno raccontato la loro storia, hanno documentato fatiche e conquiste in svariati campi: nella scienza, nella musica, nella letteratura, nella pittura e nello sport, assumendo un ruolo di primo piano e finendo per convincere l'opinione pubblica della complessità e dell'eccezionalità di questo mondo. Un tempo la disabilità era "un affare di famiglia", relegata nel chiuso dell'ambito familiare e vissuta quasi come una colpa. Oggi, per fortuna, le cose sono migliorate. Sono nate tante associazioni nelle quali il disabile può trovare un proprio ruolo e misurare le proprie capacità. Una delle associazioni più vecchie e gloriose di Montebelluna è lo Sport Life ed in occasione del trentennale della sua fondazione, credo sia opportuno ricostruirne la storia con la persona che l'ha praticamente visto nascere, Annamaria Bandiera, storica segretaria dello Sport Life.

Allora, Annamaria, quando è nata questa avventura?

Era il 1987, ero alla ricerca di qualche associazione in cui fare volontariato e scoprii che era appena nato lo Sport Life, così per due volte alla settimana diventai accompagnatrice di ragazzini che praticavano l'atletica o il nuoto. Nel 1998, l'allora presidente De Noni mi propose di diventare segretaria dell'associazione e così cominciai la mia nuova avventura.

Chi ha dato vita all'associazione?

Il dr. Moreno Merlo, sensibile al tema della disabilità, già dal 1985 aveva in mente di dar vita ad una associazione che fosse attiva nel campo dello sport, convinto che anche il ragazzo con handicap potesse misurarsi con il nuoto o con lo sport in generale, ricavandone enormi benefici sia fisici che psicologici. Così nel 1986, nacque ufficialmente Sport Life, con una 15 di soci, tra i quali vanno ricordati i soci fondatori e cioè: Moreno Merlo, che sarà il primo presidente, Vanio Mazzocato, Mariarosa Buffo, Giuliana Bolzan, Bruno Lazzaro, Lino Olivotto, Fabiola Vettorel, Guglielmo Bettiol, Lino Favero, Franco Trinca.

Quale fu la sede della neonata associazione?

All'inizio, come accade sempre, la sede fu lo studio privato di Merlo, qualche anno dopo l'Amministrazione comunale concesse un ufficio a Villa Pisani, dove già operavano due cooperative, Vita e lavoro e Solidarietà. L'obiettivo era quello di creare una sorta di polo di associazioni operanti nell'handicap. E a Villa Pisani c'è ancora la nostra sede.

Qual era, e qual è lo scopo di Sport Life?

Negli anni ottanta a Montebelluna non c'erano associazioni che si occupassero di attività ricreative per ragazzi con handicap, forse venivano considerate superflue e poco adatte a loro. Tutto era concentrato sull'inserimento scolastico, sulle cooperative di lavoro per cui era difficile convincere i genitori della bontà dell'idea. Convincere le famiglie sull'importanza dello sport nello sviluppo psicofisico del proprio figlio fu un lavoro lungo e capillare, bisognava vincere la diffidenza di molti. Alcuni, però, spinti dalla curiosità accettarono la sfida e proprio i figli di questi genitori più audaci finirono per ottenere i migliori successi nelle gare. Sì, perché accanto allo scopo ricreativo, l'obiettivo importante è preparare degli atleti a gare di respiro nazionale e mondiale, con allenamenti strutturati e sistematici che non hanno nulla da invidiare a quelli di atleti normo dotati. Tutta l'attività dell'associazione è volta ad assicurare:

- indipendenza dalla famiglia
- autonomia e capacità di relazionarsi con gli altri
- verifica delle proprie capacità
- rispetto delle regole

Bene, Annamaria, facciamo un bilancio di questi 30 anni

Oggi lo Sport Life vede la presenza di 150 ragazzi di varie età, provenienti non solo da Montebelluna ma dal territorio della Pedemontana, da Treviso, da Belluno e persino da Trento. Sono attive 6 discipline sportive e 2 artistiche aperte a tutti, Teatro e Canto corale. In questi anni abbiamo sempre avuto il supporto delle Amministrazioni che si sono succedute, così come è stata costante la collaborazione con l'ULSS, con la quale attualmente abbiamo in piedi un progetto per avviare ad attività sportive e ricreative anche disabili adulti. Anche grazie al lavoro della nostra associazione la comunità, superando il timore di non sapersi relazionare, ha sviluppato una maggiore sensibilità rispetto all'handicap. Siamo, tuttavia, consapevoli della necessità di dover soprattutto lavorare con le giovani generazioni affinché considerino l'handicap non solo come un peso per la società, ma anche come una risorsa. Tra i nostri associati abbiamo, inoltre, bimbi piccoli, i cuccioli, i cui genitori, diversamente da quanto avveniva nel passato, hanno un approccio diverso, sono attenti a ciò che offre il territorio e propensi a inserire i propri figli in più di una attività, in maniera da far loro vivere esperienze varie ed arricchenti.

Grazie allo Sport Life per l'impagabile servizio che rende alla nostra Comunità

Orietta Mercatelli



AL LAVORO! AL LAVORO!

Perché è così difficile che domanda ed offerta s'incontrino?

Cesare e Napoleone soffrivano di crisi epilettiche, l'imperatore Claudio era sordo e zoppo, il presidente americano Roosevelt era affetto dalla gravissima sindrome di Guillain-Barré, l'ex ministro e potentissimo penalista Paola Severino è priva di un braccio, il ministro delle finanze di Angela Merkel, Wolfgang Schäuble, utilizza una sedia a rotelle per muoversi. Questo elenco, pur

parziale, dimostra come un handicap, di qualche tipo, non precluda affatto, in tutti i casi, l'esercizio di importanti incarichi e funzioni, qualche volta consente perfino di plasmare la storia del mondo; eppure, i dati ci dicono che l'84% dei disabili iscritti nelle liste di collocamento in Italia non trovano lavoro, perché? La materia è disciplinata dalla legge 68/99, che prevede l'analisi delle caratteristiche



della persona con disabilità fisica, psichica, sensoriale da parte dei Servizi per l'Impiego e il successivo collocamento mirato in azienda (in parte secondo quote numeriche obbligatorie), per valorizzarne al massimo le competenze. Questo in teoria, ma la realtà, purtroppo, è ben diversa, in quanto tali disposizioni vengono attuate in maniera totalmente insufficiente, come abbiamo visto dalla percentuali di occupabilità. Gli enti regionali e provinciali sui quali ricade la responsabilità di provvedere non riescono a far incontrare domanda ed offerta di lavoro, se non in misura molto limitata. Le cause materiali e tecniche sono molteplici: mancanza di personale addetto all'inserimento con una formazione adeguata, aziende non attrezzate all'accoglienza della diversità, scarsità di risorse dedicate all'integrazione, barriere architettoniche sul posto di lavoro. In verità però, nella mia esperienza, i veri ostacoli sono di tipo eminentemente culturale. Le aziende spesso vedono nella persona con disabilità un costo più che un fattore produttivo, gli inserimenti avvengono in mansioni

sovente di scarsa utilità, senza tenere in alcun conto aspirazioni e capacità. Tutta colpa dei datori di lavoro, quindi? Secondo me no. L'altro grande responsabile siamo proprio noi disabili che dobbiamo porci nei confronti di questa tematica in modo maggiormente propositivo, passare dalla logica del diritto ad un lavoro a quella del dovere di dare il proprio contributo alla società in cui viviamo, pretendere di poter approfondire il nostro impegno al meglio, nell'ambito delle nostre possibilità. L'attuale stato di cose ha evidentemente molti padri, la soluzione sta quindi, come spesso accade, nel mettere a sistema la volontà e la perizia di tutti. Aziende, disabili e istituzioni devono agire congiuntamente, solo così sarà possibile tener fede all'imperativo etico e giuridico, sancito dalla Costituzione della Repubblica per ognuno di noi, di svolgere, secondo le proprie possibilità e la propria scelta, un'attività o una funzione che concorra al progresso materiale o spirituale della società (art 4 Cost).

Sylvester Longo

SI RINGRAZIA PER LA COLLABORAZIONE

COMPACT

la dirichetteria

music lovers only



Via S. Pellico 38/B
Montebelluna TV
Tel & Fax 0423/300377

CD DVD BLURAY GADGET e BIGLIETTERIA



STUDIO TECNICO ASSOCIATO GEOMETRI
SARTOR GEOM. PIERLUIGI
PANDOLFO GEOM. CRISTIANO

Progettazione - Misurazioni topografiche - Pratiche catastali - Perizie di stima
Investimenti e consulenze immobiliari - Servizi chiavi in mano

Sede Legale: tel/fax 0423.600101
Via Marzari 11, 31040 Trevignano (TV) e-mail:
Sede operativa: studi@sartorpandolfo@tiscali.it
Via Roma 45, 31044 Montebelluna (TV) P.I. 03946080268

AG guadagnin

ACCESSORI E COMPONENTI PER L'INDUSTRIA DELLA CALZATURA

ANTONIO QUADAGNIN & FIGLIO S.R.L.

Via B. Buozzi, 22 - 31044 Montebelluna TV - Tel. 0423.22453 R.A. Fax 0423.601954
E-mail: guadagnin.srl@tin.it



Dott. Moreno Merlo
Commercialista
Revisore Contabile
Via Roma, 45 int. 2
31044 Montebelluna (TV)
Tel. 0423 601891 - Fax 0423 602836
info@studiomerlo.it

Ordine dei Dottori Commercialisti e degli Esperti Contabili di Treviso

Carrozzeria GALLINA

SOCCORSO STRADALE

via MONTELO, 57 - CAERANO S. MARCO (TV) tel. 0423.650181

Nordauto KIA

Nordauto spa
Via Feltrina Sud, 162/a - 31044 Montebelluna (TV)
T 0423 602442
Via Castellana, 116 - 35018 San Martino di Lupatari (PD)
T 049 5953285
E e.mazzocato@nordautogroup.it

NANDI

ASSICURAZIONI dal 1965

Tecnolight S.A.S

Impianti elettrici

Follador Vittorio cell. 329 4127744
Gallina Paolo cell. 349 3919640

Sede legale Magazzino/Uffici:
Caerano di San Marco Via S. Antonio, n° 5
Tel./fax 0423 080567

EdiLcoNte srl

EDILCONTE srl unipersonale
Via Feltrina SUD, 189 - 31044 Montebelluna TV
Telefono / fax 0423 602395 - Cellulare 336 619532
P.IVA C.Fisc 02246340265 R.E.A.TV:197654Cap.soc.€:10400,00iv
edilconterl@libero.it

Un grazie di cuore a tutti gli amici che ci
hanno sostenuto nella realizzazione di questo
giornale.

M&M CALZATURIFICIO
info@ilrisuolatore.it
0423604147
ilrisuolatore.it

SPORT & DOPING



Gli scandali sempre più frequenti di doping nello sport ci hanno indotto a chiedere al dr. Gianpaolo Piaserico, ex primario del Laboratorio di Analisi all'ospedale San Valentino di Montebelluna, un suo intervento, che possa essere utile a quanti, professionisti o dilettanti, praticano qualche sport. Il nostro scopo è quello di informare su una deriva pericolosissima nell'uso di sostanze che minano, a volte, irrimediabilmente la salute di tanti giovani.

Novembre 2015: sospesa la Russia dell'atletica con l'accusa di doping di stato.
Settembre 2015: dall'analisi delle urine dei calciatori partecipanti alla Champions negli anni dal 2008 al 2013 sono emersi valori di testosterone oltre il consentito nel 7,7%.

Congresso Nazionale dei medici del calcio: "Ormai la percentuale dei dilettanti che si dopa oscilla fra il 22 e il 27%: in pratica uno su quattro."

Queste tre notizie giornalistiche, scelte fra innumerevoli altre dello stesso tenore, denotano la diffusione delle pratiche di doping in tutti gli sport e a tutti i livelli. Perché il doping è così diffuso? I motivi sono molteplici. Le spinte individuali, dato che affermarsi nello sport porta danaro, fama e notorietà. L'uso politico dello sport che ha portato, in molte nazioni, al doping di stato. Gli interessi economici sempre più marcati con l'ingresso degli sponsor nel mondo sportivo. La medicalizzazione della società che ha diffuso l'idea che i farmaci possano rappresentare la soluzione per qualsiasi problema. Ma, soprattutto, la crisi dei valori: per vincere vale tutto e tutto è consentito. Come dice Alessandro Donati, maestro dello sport del CONI, "se il doping è così diffuso è perché sono di più coloro che intendono la pratica sportiva come un obiettivo da raggiungere ad ogni costo, rispetto a chi ritiene che il doping produca solo risultati apparenti e a caro prezzo". Il ricorso al doping nello sport è sì un'infrazione all'etica dello sport, ma è, soprattutto, un rischio per la salute. Data la forte diffusione di questa pratica si può dire che il doping costituisce un problema da non sottovalutare nemmeno per quanto riguarda la salute pubblica.

Nelle Olimpiadi del 1960 un ciclista danese, Kurt Jensen, muore per assunzione di amfetamine. Per la stessa causa nel 1967 al Tour de France muore il ciclista Simpson in diretta televisiva. Dopo la caduta del muro di Berlino si scoprono, dagli archivi della polizia segreta della ex DDR, i nomi di oltre 10.000 atleti della Germania dell'Est che avevano ricevuto sostanze dopanti come parte di un piano governativo.



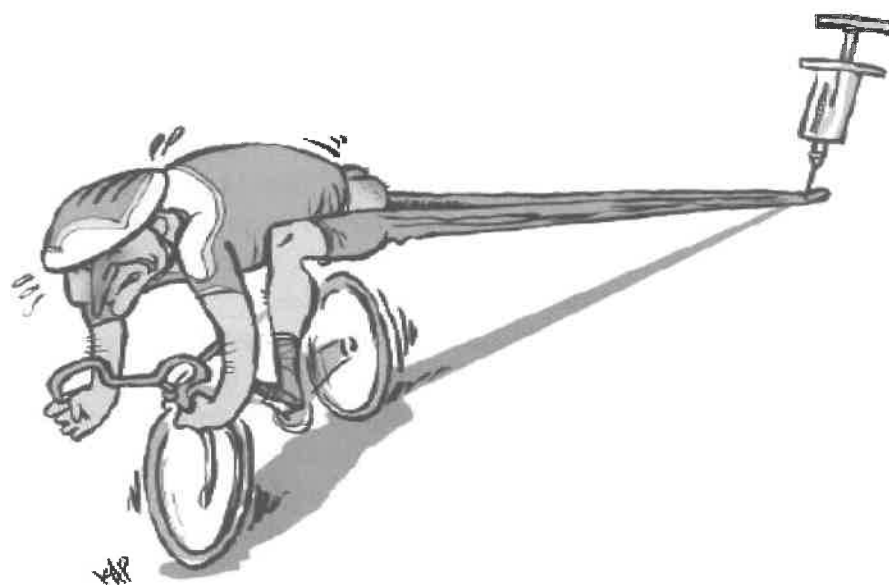
Preoccupanti le morti sospette che si verificano negli sportivi. Gli allarmi più recenti riguardano l'aumento di mortalità tra i praticanti di wrestling negli USA con una mortalità di 25 volte superiore per la classe d'età 25-40 anni e l'elevato numero, rispetto all'incidenza attesa, di sclerosi laterale amiotrofica (SLA) tra ex-giocatori di calcio italiani ed inglesi.

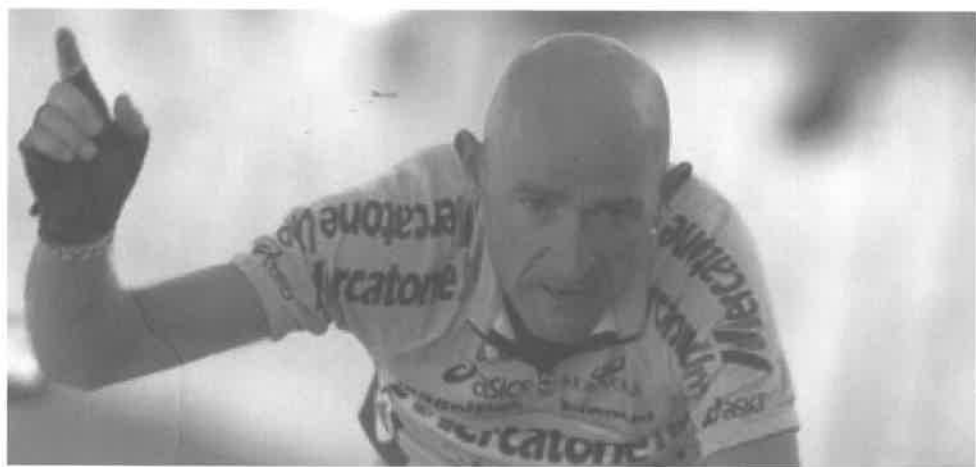
Purtroppo non sono disponibili molti dati e studi che consentano di quantificare in maniera esatta il fenomeno doping. Trattandosi di una pratica illecita essa viene, ovviamente, negata e sottaciuta. In realtà, chi conosce il mondo dello sport sa anche che non sono i professionisti i maggiori utilizzatori di sostanze dopanti ma soprattutto i dilettanti e gli atleti "amatori" che effettuano gare. In realtà il desiderio di vincere rappresenta uno stimolo così forte che in un'indagine condotta nel 1997 negli USA ad atleti di vertice a cui era stato chiesto se sarebbero stati disposti ad assumere una sostanza illegale che avrebbe garantito loro la vittoria di una medaglia d'oro alle Olimpiadi, più del 90% si è dichiarato disponibile all'assunzione se fosse stato garantito loro che non era possibile scoprirla. Più del 50% l'avrebbe assunta anche di fronte a possibili effetti letali entro 5 anni.



La ginnasta rumena Andrea Raducan: assunzione di efedrina alle Olimpiadi di Sydney all'età di 17 anni.

Il doping consiste nell'uso di sostanze o di pratiche mediche a scopo non terapeutico ma finalizzato ad aumentare artificialmente il rendimento fisico e le prestazioni dell'atleta. Non si tratta di un fenomeno recente: l'uso di sostanze eccitanti, mediante assunzione di funghi allucinogeni, risale alle Olimpiadi del 668 aC! Galeno (130-200 dC) descrive nei suoi scritti le sostanze che gli atleti romani assumevano per migliorare la loro prestazione. Verso la fine del 1800 ciclisti europei assumevano già eroina, cocaina e altre sostanze eccitanti. Nel 1865 un nuotatore viene espulso per doping da una gara ad Amsterdam. Nel 1886 la prima morte conosciuta per doping: il ciclista Linton per assunzione di trimetil. Negli anni '30 si diffonde l'uso delle amfetamine, il primo anabolizzante compare alla fine degli anni '40.





Marco Pantani fu squalificato dal Giro d'Italia per un valore di ematocrito del 52%.

Le sostanze utilizzate per il doping nello sport sono innumerevoli e ne vengono scoperte sempre di nuove. Vengono utilizzate per tre scopi: aumentare la forza, aumentare la resistenza o aumentare l'attenzione. Il primo effetto lo raggiungono, ad esempio, gli anabolizzanti, ormoni maschili (ad es. il testosterone) che naturalmente inducono cambiamenti durante la pubertà nei giovani maschi. Nello sport vengono in genere utilizzati prodotti di sintesi, a dosaggi estremamente superiori (10-40 volte il dosaggio terapeutico), per accrescere la massa muscolare. Hanno, tuttavia, molteplici effetti su svariati altri organi e possono provocare, col tempo, tumori al fegato, danni al sistema cardiocircolatorio, impotenza e sterilità. Gli stimolanti il sistema nervoso centrale, ad es. l'amfetamina, vengono impiegati per diminuire la stanchezza, aumentare l'energia, la velocità e la resistenza. Possono, però, provocare ipertensione, aritmie cardiache, crisi convulsive, vomito, emorragie cerebrali, psicosi, dipendenza e morte. Un cenno particolare va posto, infine, sull'assunzione della cocaina, potente stimolante del sistema nervoso centrale. Provoca euforia, fiducia in se stessi, potenza sessuale, non fa sentire la fatica, mantiene svegli e aumenta l'attenzione. Ma, per contro, può causare aritmie cardiache, infarto del miocardio, depressione, attacchi di panico, aggressività, convulsioni, alterazione dei riflessi, paralisi muscolare, dipendenza e morte. I diuretici vengono utilizzati in alcuni sport quali wrestling, pugilato, judo, sollevamento pesi, perché consentono di rientrare nella categoria di peso prevista attraverso la loro rapida azione di eliminare liquidi dall'organismo. L'impatto sulla performance è tuttavia complessivamente negativo. Siccome aumentano l'escrezione e la diluizione di sostanze illecite assunte, i diuretici sono anche usati dagli atleti per l'effetto mascherante. Possono provocare disidratazione, ipotensione, crampi muscolari.



Ben Johnson vinse la finale dei 100 metri alle Olimpiadi di Seul del 1988 stabilendo il nuovo record mondiale con il tempo di 9"79. Tre giorni dopo i risultati dei test antidoping lo rivelarono positivo; fu quindi squalificato con il conseguente annullamento della vittoria e del record.

L'ormone della crescita umano (hGH) viene utilizzato per i suoi effetti anabolizzanti e per la difficoltà a distinguerlo dall'ormone endogeno. Stimola la sintesi proteica, incrementa la massa magra e riduce la massa grassa. La sua efficacia nell'aumentare la performance sportiva è comunque controversa. Può causare edemi, artralgie, mialgie, miopatie, ipotiroidismo, patologie cardiache, diabete mellito, impotenza e osteoporosi.

L'eritropoietina (EPO), prodotta nell'organismo umano dal rene, stimola il midollo osseo a produrre globuli rossi. I globuli rossi trasportano l'ossigeno ai tessuti e negli sport di resistenza, ad esempio nel ciclismo, nella maratona e nello sci da fondo, le richieste di ossigeno sono molto elevate. In questo senso l'incremento dei globuli rossi può aumentare la performance.

L'EPO ha in parte rimpiazzato la tecnica dell'autotrasfusione (doping ematico) in quanto determina un maggiore aumento di globuli rossi.

Sebbene siano stati fatti dei progressi nei test antidoping, l'EPO è un ormone naturale e quindi la sua rilevazione è difficile. Si utilizzano in genere misure indirette per l'EPO, quali la misura della densità dei globuli rossi (ematocrito). L'EPO determina un aumento della viscosità del sangue, con problemi di trombosi ed embolie, pertanto la sua assunzione, così come quella di soluzioni a base di emoglobina, non è esente da rischi. Può, infatti, provocare ipertensione arteriosa e aumento del rischio di malattie cardiovascolari quali infarto del miocardio e ictus cerebrale.

Molte altre sostanze vengono utilizzate come doping: l'insulina per l'azione anabolizzante, gli oppioidi per non sentire il dolore; i beta-bloccanti e l'alcool per diminuire il tremore e l'ansia; la gonadotropina corionica umana per la sua capacità di stimolare la produzione di testosterone. Anche l'assunzione di queste sostanze comporta dei seri rischi per la salute.

Un altro aspetto preoccupante legato al fenomeno doping, anche tra i più giovani, è il ricorso estremamente elevato agli integratori, al di là delle reali necessità nutritive (generalmente colmabili con una dieta appropriata all'attività fisica svolta). Mentre è indubbia l'importanza di reintegrare, attraverso l'assunzione di liquidi e sali minerali, le perdite idrosaline provocate dallo sforzo fisico, così come importante l'assunzione di carboidrati, molte perplessità sorgono rispetto all'assunzione di prodotti a base di proteine, aminoacidi e derivati. Tra le diverse sostanze contenute negli integratori alimentari utilizzati in ambito sportivo, la creatina merita un cenno particolare per la sua diffusione. Sebbene sintetizzata nel fegato, nel rene e nel pancreas e sia presente in alcuni cibi (carne e pesce) viene assunta sotto forma di integratore per aumentare la forza e migliorare le prestazioni negli sport ad alta intensità. Esistono diversi studi sugli effetti della creatina sulla performance sportiva, i cui risultati non sono tuttavia concordi. Ad ogni modo anche l'assunzione di quantità elevate di creatina non è esente da rischi, può infatti provocare ritenzione idrica, aumento di peso e aumentata incidenza di crampi muscolari.

Anche dosaggi elevati di vitamine possono provocare dei rischi per la salute, ad esempio: danni renali, cefalea, perdita di calcio dalle ossa da eccesso di vitamina C; insonnia, disturbi gastrointestinali, gengiviti, reazioni cutanee, perdita di capelli da eccesso di vitamina A; emorragie, alterazioni del sistema immunitario e della funzione sessuale da eccesso di vitamina E.

Un problema particolarmente grave legato agli integratori è il fatto che un numero non indifferente di essi contengono sostanze illecite come gli anabolizzanti e la caffeina.

In conclusione si può affermare che molte persone spendono molti soldi e dedicano molta attenzione all'assunzione di integratori e supplementi alimentari la cui composizione, efficacia e sicurezza non sono sufficientemente controllate. Questo avviene a discapito di un'alimentazione corretta che è sicuramente efficace per migliorare la performance, sicuramente innocua e anzi positiva per la salute, sicuramente meno costosa. Gli integratori danno un falso senso di sicurezza e possono incoraggiare abitudini alimentari scorrette (ricordiamo che nessuno studio ha dimostrato che migliorino le prestazioni sportive in presenza di un'alimentazione scorretta). Non esistono integratori che rendono più "robusti, forti o veloci" come per magia e in realtà possono rappresentare un primo passo verso il doping vero e proprio.

La pratica del doping ha quindi pochi vantaggi e tantissimi rischi, oltre che essere una pratica moralmente condannabile. Purtroppo però non tutti gli atleti riescono a resistere alla tentazione. E' opportuno che ciascun atleta di buon senso cerchi di educare i propri amici che tendono ad utilizzare sostanze proibite spiegando loro i rischi che corrono a fronte di ben pochi vantaggi, ed insegnando che fare sport non deve significare voler vincere ad ogni costo, ma solo migliorarsi con l'allenamento e lo spirito di sacrificio che caratterizzano i veri Campioni, dando il meglio di se stessi, indipendentemente dal risultato delle gare.

